



Zeiten des Lichts

Unser Leben ist eingebettet in den Rhythmus von Tag und Nacht. Neben den biologischen Abläufen beeinflusst er auch unsere Stimmung. Es ist ein Unterschied, ob die Sonne um 17.00 Uhr untergeht oder um 22.00 Uhr.

Unabhängig von Tages- oder Jahreszeiten gibt es auch in unserem Inneren ein Wechselspiel von Hell und Dunkel. Wir alle haben Licht und Schattenseiten. Manchmal ist die eine Seite im Vordergrund, dann wieder die andere – und manchmal leben wir auch unter unseren Möglichkeiten; sind gefangen in alten Mustern oder Sätzen, die uns hinunterziehen.

Neulich bin ich auf einen Text gestoßen, der mich schon vor Jahren berührt hat. Er stammt von der amerikanischen Autorin und Politikerin Marianne Williamson. 1994 hat Nelson Mandela ihn bei seiner Antrittsrede als Präsident von Südafrika zitiert.

*Jeder Mensch ist dazu bestimmt, zu leuchten!
Unsere tiefgreifende Angst ist es nicht, dass wir ungenügend sind.
Unsere tiefgreifende Angst ist, über das Messbare hinaus kraftvoll zu sein.
Es ist nicht unsere Dunkelheit, sondern unser Licht, das uns am meisten Angst macht.
Wir fragen uns: Wer bin ich,
mich brillant, großartig, talentiert, phantastisch zu nennen?*

*Aber wer bist du, dich nicht so zu nennen?
Du bist ein Kind Gottes.
Dich selbst klein zu halten, dient nicht der Welt.
Es ist nichts Erleuchtendes daran, sich so klein zu machen,
nur damit andre um mich herum sich nicht vielleicht unsicher fühlen.
Wir alle sind bestimmt zu leuchten, wie es Kinder tun.
Wir sind geboren, um den Glanz Gottes, der in uns ist, zu manifestieren.
Er ist nicht nur in einigen von uns,
er ist in jeder und jedem einzelnen.*

*Und wenn wir unser eigenes Licht scheinen lassen,
geben wir unbewusst anderen Menschen die Erlaubnis, dasselbe zu tun.
Wenn wir von unserer Angst befreit sind,
befreit unsere Gegenwart automatisch andere.*

Marianne Williamson (*1952) in: Return to love. 1992. Rückkehr zur Liebe. 1993
Freie Übertragung des Textes von Pierre Stutz

Ich wünsche uns allen, dass wir in den kommenden Ferien unserem inneren Leuchten wieder neu auf die Spur kommen. Je mehr jede(r) einzelne leuchtet, desto heller wird es in unserer Welt. Ich wünsche uns Zeiten des Lichts!

Impuls

- Eine Buchreihe über Glücksorte in verschiedenen Städten und Regionen erfreut sich zurzeit großer Beliebtheit. Wo sind Ihre ganz persönlichen Orte, die Sie zum Strahlen bringen?

Diese Spur wurde Ihnen gelegt von Elisabeth Prügger-Schnizer

Bild: Petra Dirscherl @ [pixelio.de](https://www.pixelio.de)

Eine gesegnete Woche wünschen Ihnen Ihre Spurenleger

Maren Dettmers, Hans-Jörg Fritz-Knötzele, Ulrike Hofmann, Dr. Christoph Klock, Heinz Lenhart, Elisabeth Prügger-Schnizer, Heiko Ruff-Kapraun, Tobias Sattler und Dr. Hans Jürgen Steubing

KIRCHE & CO.

Kirche & Co. – ein Laden der Kirchen für die Menschen in der Stadt
(Kirche in der City von Darmstadt e.V.) An der Stadtkirche 1, 64283 Darmstadt